

MATRIZ – Prova Extraordinária de Avaliação – 2023

Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto

Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA

10.º ano – Ensino Secundário

Prova Prática

| | |
|-------------------------------------|---|
| Objetivos | A prova tem como objeto as Aprendizagens Essenciais, com especial enfoque nas áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. |
| Conteúdos | Área da Aptidão Física: força inferior e força média. Área das Atividades Físicas: Subárea - Jogos Desportivos Coletivos: andebol, basquetebol e voleibol Subárea - Atletismo, Patinagem, Raquetas e outras: atletismo (salto em comprimento) e badminton |
| Estrutura E Cotações | Tipo de prova: componente prática (100%). Os alunos realizam as tarefas, respeitando a sequência descrita no enunciado da prova. Composição da prova e tipologia que a constituem: a prova é composta por 6 tarefas: Tarefa 1 – 15 Pontos: execução de dois testes da bateria de testes FITescola. Tarefa 2 – 20 Pontos: execução de exercícios-critério do andebol. Tarefa 3 – 20 Pontos: execução de exercícios-critério do basquetebol. Tarefa 4 – 15 Pontos: execução de exercícios-critério do voleibol. Tarefa 5 – 20 Pontos: execução de exercícios-critério do badminton. Tarefa 6 – 10 Pontos: execução de uma prova de salto em comprimento do atletismo. |
| CrITÉrios de Classificação | A classificação a atribuir a cada exercício executado, resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada tarefa e é expressa em pontos (de 0 a 100 pontos). A não realização de um dos exercícios é classificada com zero |

| | |
|-----------------|--|
| | <p>pontos. De acordo com as aprendizagens avaliáveis neste tipo de prova prática, deverão ser considerados os seguintes critérios:</p> <p>Tarefa 1: o aluno enquadra-se na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo, através da realização dos testes de impulsão horizontal e de abdominais. Estes testes devem ser executados e avaliados de acordo com o estipulado nos protocolos da bateria de testes do programa FITescola.</p> <p>Tarefa 2: o aluno realiza com oportunidade e correção as seguintes ações técnicas elementares do andebol: passe de ombro, passe picado, drible, remate em apoio e remate em suspensão.</p> <p>Tarefa 3: o aluno realiza com oportunidade e correção as seguintes ações técnicas elementares do basquetebol: passe de peito, passe picado, drible de progressão, drible de proteção, lançamento em apoio e lançamento na passada.</p> <p>Tarefa 4: o aluno realiza com oportunidade e correção as seguintes ações técnicas elementares do voleibol: serviço por baixo, serviço por cima, passe alto de frente e manchete.</p> <p>Tarefa 5: de acordo com o padrão global de execução, o aluno executa os seguintes batimentos: serviço, clear, lob e remate.</p> <p>Tarefa 6: cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas, o aluno realiza uma prova de salto em comprimento, realizando a corrida de balanço, a chamada, a suspensão e a receção.</p> |
| Material | <p>Os alunos devem apresentar-se com o equipamento adequado, semelhante ao usado nas aulas de Educação Física.</p> <p>Não é permitido o uso de qualquer adereço que ponha em risco a integridade física do aluno.</p> <p>Todos os materiais e instalações necessários para a execução das diferentes tarefas, são disponibilizados pela escola.</p> |
| Duração | <p>A prova tem a duração de 90 minutos.</p> |